

はじめに

「未来は選びなおすことができる」

そう言われたら多くの方が首をかしげてしまうかもしれませんね。でもこれはまぎれもない事実。未来のシナリオは無量大で、どれを選ぶかの決定権はまさにあなたがにぎっています。今あるレールの延長ではなく、途中から選びなおすことだってできるのです。

もしあなたが今、役者だとしたら、どんなシナリオの人生を演じていますか？ 1分間だけ目を閉じ、静かに感じてみてください。思い浮かんだのは、もしかして遠慮がちな未来像ではありませんか？

「夢は叶うわけがないからほどほどの暮らしてい」

とか、

「私は幸せになんてなれっこない」

とか、それとも、

「人生つらいことばかりで生きている意味がない」

というものでしょうか。

残念ながらもたたくさんの人がこのように控えめな、そしてときにはネガティブなストーリーを選んでしまっているのです。でもそれは、あなた自身が選んでいるシナリオ。本当は、もっと欲張ってもいいのです。今あるものを手放して、ワクワク感と喜びにあふれたシナリオを選びなおしてみませんか？

ぜひ、この本を読んでください。後悔はしないはずですよ。読み終えるころには、自分でも気づかないうちに意識が高まっていることでしょう。実践してみると、きっとあなたの人生は好転します。そう、私の人生が奇跡のごとく変化しているように。

私は、イギリス在住レイキマスターのスカイです。体と心に優しい起業メソッド『自分ビジネス』イギリス支局の副支局長をしています。結婚前は日本の大手旅行社で、海外ツアーコンダクターとして世界中を旅してきました。イギリスのクルーズ客船「クイーンエリザベスⅡ号」や北欧バルト海の客船「シリアライン」にもクルーとして乗務し、海や空という自然の神秘を肌で感じ、さまざまな国のそれぞれの価値観に触れ、生きることの意味をずっと考えつづけてきました。

結婚後に英国に永住。マナーハウスを購入しホテル経営をスタートしました。日本人夫婦の新天地でのチャレンジでした。ところが日が経つにつれ、言葉や国民性の違いによるストレスがだんだん膨らんでいきました。日本を離れていたことで身内の手助けが得られなかったこと、育児と仕事とのバランスがうまくいかなかったことなどで、自信喪失や自己嫌悪をくり返し、自分の価値を見失いそうになりました。まずはいい妻、いい母をめざし、自分のやりたいことは後回し。家族たちの舞台をつくることに一生懸命でしたし、それが自分の役目だと信じていました。でも末娘が生まれてふとひと息ついたとき、こう感じたのです。

「何かが違う」

何が違うのか答えがでないまま、置いてきぼりになったような錯覚。そんな葛藤の中で出会ったのがレイキでした。

そのあとすぐに、日本とイギリスで日本伝統式レイキと西洋式レイキを学びました。レイキ療法とは「氣（レイキ）」という自然のエネルギーを使ったセラピーです。大正時代に日本で創設され、のちに世界に広まりました。けがや病気など体の不調を改善するだけでなく、精神面のヒーリングとしても広く活用されています。

レイキとは、特別なものではなく、どこにでも漂っている素晴らしい生命エネルギーです。これを感じることによって、生活そのものが豊かになっていきます。自己を癒やし家族や友人を癒やす。今現在だけでなく、未来のイベントや過去のトラウマに対しても意識を向けることで、自分の生き方のクセに気づき、人生を見つめなおすことができましたのです。

癒やしの世界を知ることによって「快適でしなやかな生き方」に関心がわき、のちにマインドフルネス、アロマセラピー、占星術、タロットなども学びました。それらをブレンドして作りあげた、ふくらみのあるオリジナルな生き方を実践しています。レイキの教えをベースに、自分軸で生きるコツ、心地よい波

動の高め方、日常に役立つ宇宙法則など、深く掘り下げて日々の暮らしに取り入れています。さらに、

「私らしく輝きたい」

「社会との接点を持ち自立したい」

「自由に使えるお金がほしい」

そう願ったときに、「心と体に優しい起業メソッド・自分ビジネス」に出会いました。これにより大きな転換期をむかえ、私の豊かな第2の人生が始まったのです。そう、まさに未来のシナリオを選びなおした瞬間でした。

現在の私はレイキマスターとして、子育て卒業ママさんや社会適応が苦手な方にむけて、自分の魅力を引きだして心地よく自立するお手伝いをしています。人生の気づきのすべてを包みかくさず提供し、あなたが自分らしく生き生きと輝くサポートができたなら、とてもうれしいです。

夢は叶います。あなたの人生はあなたが好転させることができるのです。この本を手にとってくださったことで、すでに幸せに向けての第一歩を踏み出していることは間違いありません。

さあ、宇宙を信じて私を信じて、夢を実現させましょう。



The when,
Scheme
arc set
man
of its
much
at
in
the

